

차시	차시명	일자	세부 학습 내용			
1	필수 1	6/22(월) 10:00~12:00	중장년내일센터에서 알려주는 생애경력설계 특강 (박국헌 책임컨설턴트)			
2	필수 2	6/24(수) 10:00~12:00	내 일을 찾는 자기탐색(재능 목록과 흥미검사를 통한 일 탐색) (박국헌 책임컨설턴트)			
선택학습			프로그램명	날짜	시간	세부내용
3~8	모듈 A	재취업형	AI첫걸음과 새로운 나 발견하기	6/30(화) 7/7(화)	19:00~ 21:00	· AI질문법, 5가지패턴, 따라쓰기 실습 · AI로 나의 강점 정리 , 3줄 자기소개카드 만들기
			직무역량 강화 중심 AI 활용	7/14(화) 7/21(화)	19:00~ 21:00	· AI로 실무 데이터 분석 및 예산 관리하기 · AI로 실무 보고서 자동화
			숏츠와 SNS, 1인 미디어의 시작	7/28(화) 8/4(화)	19:00~ 21:00	· 캡컷 기본 편집(자르기, 자막, BGM) · SNS채널 첫시작과 친구들과 공유하기
3~8	모듈 B	사회봉사형	시니어미술치유	7/1(수) 7/8(수)	10:00~ 12:00	· 기억의 정원(과거 회상)/나를 상징하는 꽃 · 소중한 세 사람/입체 작업
			시니어미술치유	7/15(수) 7/22(수)	10:00~ 12:00	· 시니어 마음 심표/감각 통합자극 · 자아 통합 /콜라주 자기 표현
			시니어미술치유	7/29(수) 8/5(수)	10:00~ 12:00	·마음의 본질 찾기/자아통합 만다라 ·고립감 해소/인연의 끈 엮기
3~8	모듈 C	여가활용형	집안의 첫인상, 정리수납	7/7(화) 7/14(화)	10:00~ 12:00	· 정리수납의이해 · 첫인상이 좋은 현관, 신발장 정리수납
			깨끗하고 효율적인 정리 끝판왕	7/21(화) 7/28(화)	10:00 ~12:00	· 동선이 최고인 주방 정리수납 · 실용적인 냉장고 정리수납
			방정리의 모든 비법	8/4(화) 8/11(화)	10:00~ 12:00	· 혼자서도 잘 입는 옷장 정리수납 ·물건관리 잘하는 아이방 정리 수납
모듈 A, B, C 중 택 1						
일반강좌 선택1 (1인 1강좌 선택 / 강좌별 운영시간 중 희망 시간대 선택 (*정원 미달 시 합반 또는 폐강))						
프로그램명			분반	날짜	시간	
1		여행영어	1	6/30(화)	10:00~12:00	
			2	7/7(화)		
2		성인발레	1	7/15(수)	10:00~11:30	
			2	7/22(수)		
3		관상과 손금	1	7/16(목)	14:00~16:00	
			2	7/23((목)		
4		연필인물화	1	7/27(월)	10:00~12:00	
			2	8/3(월)		
5		성악과 함께 음악여행	1	7/27(월)	19:00~20:30	
			2	8/3(월)		
9	필수 3	8/10(월) 10:00~12:00	AI바르게 알고 안전하게 사용하기! 디지털리터러시 기본태도 및 윤리 특강 (곽철완 강남대학교 명예교수)			
10	수료식	8/14(금) 10:00~12:00	우수성과발표 및 유형별 커뮤니티 활동			